

最近新書

十五，哲學大綱……………正印刷中

五權憲法草案精義

定價一角 掛珠規則 一角

(教育部戰區中小學教師第三服務團編輯組編)本讀本編輯主旨，在激發兒童抗戰情緒，堅定兒童抗戰必勝建國必成的信念。

舉重規則……………定價一角 排珠規則 一角

陳漢清代表李克清聲明除娼約事

中央信託局 中國銀行 交通銀行 中央儲蓄會

豆沙、銀灰、鮮艷的凸花彩色橡底男女皮鞋多種
玉色、茶色

到
司
(即錦街口)支店遷騰

彭澤南我克據點

高安奉新聞殘敵已告肅清 我反攻潮陽登陸敵被擊退

【中央社訊】我軍在彭澤南我克據點，經連日之激烈戰鬥，敵軍已告肅清。我軍正積極擴大戰果中。高安奉新聞殘敵已告肅清，我反攻潮陽登陸敵被擊退。

墨相接見松岡

教皇亦定今晨延見 松岡以未訪美為憾

【中央社訊】墨索利尼首相於今日下午接見松岡洋行，雙方就當前國際形勢交換意見。松岡對墨首相之接見表示滿意，並稱其對墨首相之接見表示滿意。教皇亦定於今日晨延見松岡，松岡對教皇之接見表示滿意。

敵寇態勢暴露

喪失聯海漁區七處 收買行計口授糧

【中央社訊】敵寇在華北之態勢已告暴露，其喪失聯海漁區七處，收買行計口授糧。敵寇之行動已引起我軍之高度警惕，我軍正密切監視敵寇之動向。

美扣德義丹輪問題

羅斯福稱係渠命令 德義正式向美提出抗議

【中央社訊】美國政府關於扣留德義丹輪之問題，羅斯福總統已正式向德義兩國提出抗議。羅斯福總統稱此舉係其命令，德義兩國對此表示不滿。

美拘捕德義官兵

並要求政府扣留外輪 被扣丹輪英擬租用

【中央社訊】美國政府已拘捕德義官兵，並要求政府扣留外輪。被扣丹輪英方擬租用，以維持其海上交通。

為上海特區當局進一言

敵企圖破壞上海特區 當局應加強警備

【中央社訊】敵企圖破壞上海特區，當局應加強警備，以維護特區之安全。當局應採取有效措施，防止敵寇之破壞行動。

美墨成立租借物資協定

巴拿馬防務加強 羅斯福令增援英軍

【中央社訊】美國與墨西哥已成立租借物資協定，巴拿馬防務已加強。羅斯福總統已下令增援英軍，以應對當前之戰局。

未陽、詔關、贛縣

抗戰中一切生產加強進步 工業、農業、商業、交通

【中央社訊】在抗戰中，一切生產已加強進步，包括工業、農業、商業及交通。政府已採取措施，促進生產之發展，以支持抗戰。

八中全會

注重聽取報告 大會已十次報告佔八次

【中央社訊】八中全會已圓滿結束，大會注重聽取報告，大會已十次報告佔八次。會議決定了一系列重要決議，以指導當前之工作。

英美已商定妥協辦法

將無限期延期 董事分配我同意施行

【中央社訊】英美兩國已商定妥協辦法，將無限期延期。董事分配我同意施行，以解決當前之爭端。

建築滇緬公路公債

交財部商洽發行事宜 郵政儲蓄部協助在案

【中央社訊】政府已決定發行滇緬公路公債，以籌集建設資金。交財部商洽發行事宜，郵政儲蓄部協助在案。

粵北風光

山水、林木、田園、牧歌 風景名勝區

【中央社訊】粵北風景名勝區，山水、林木、田園、牧歌，景色宜人。該地區已成為旅遊勝地，吸引眾多遊客前往參觀。

梅嶺之春

梅花、綠柳、紅花、白雲 春意盎然

【中央社訊】梅嶺之春，梅花、綠柳、紅花、白雲，春意盎然。該地區已成為賞花勝地，吸引眾多遊客前往賞花。

昨晚漏空

敵機襲擊我後方 我軍奮勇還擊

【中央社訊】昨晚敵機襲擊我後方，我軍奮勇還擊，漏空。我軍已採取有效措施，防止敵機之襲擊。

日越有密約

日軍在越境內 進行秘密活動

【中央社訊】日越有密約，日軍在越境內進行秘密活動。我軍已加強監視，防止敵寇之陰謀。

版出三期星週間

紅杏

油、魚油自然比較植物油，但價值太貴；比較便利的、牛、或羊的大腸可以多花生、黃豆也含油很多，利用：還有菜油亦可常用調品。

衛生署第一次營養研究會議議決案之

時不常食，發覺下列之缺點：

(一)每日所取食物之總量過重，不足以維持其體力之適宜，兒童青年不足供其生長與發育。

(二)每日所取食物之選擇與配搭不適宜，致貽腸胃虛弱、均稱缺乏，不足以維持其新陳代謝之能。

(三)茶莊及飲食習慣之不良，致因遺失纖維素及礦質，而發現營養如乾眼病、狗皮病、脚氣病、血虛症等。

下列事項，茲擬具補救法如下：

則可先將肉炒熟，再加鹽少許，即可以免生害之損失。至於以雞雜、菜葉不潔淨之汁，不能雜生養及礦質之損耗，亦隨時應予不宜加料，以免發生結石之徵候，同時亦可不用剩餘，否則兩種維生素，易於損毀。

提倡用豆類、肉、蛋、血、肝、骨髓、肉皮、豆豉、動物臟腑、肝皮、果皮、以及其它可愛之野生食物，亦應提倡，以增進食物來源。

提倡多晒太阳，日光可使皮膚製造一種維生素，應以提煉經濟衛生之食品。

動物蛋白之來源

肉類之白質，來源面廣且豐。

二、普遍宣傳：以上述各種食品，利用講義傳單、畫報、刊物、及報紙等，普及宣傳，務使民眾切初知營養缺乏之危害，及其基本辦法，尤應注意一般不識字民衆，宜利用來信留聲機，及戲劇等項宣傳方法，並注意各階級。

三、示範教育：(一)就各地各食物之產出，編製適合各該區域農民經濟，有所依歸。(二)指導民衆，購食公共食堂，以提煉經濟衛生之食品。

黃豆：黃豆是豆科、蝶形花亞科、蝶形花屬、黃豆屬、黃豆種。黃豆的用途很廣，可製成各種豆製品，如豆腐、豆漿、豆油、豆餅等。黃豆的營養成分如下：

成分	含量
水分	85%
蛋白質	20%
脂肪	15%
碳水化合物	35%
纖維素	5%
灰分	2%

黃豆的營養成分豐富，含有大量的蛋白質、脂肪、碳水化合物、纖維素和灰分。黃豆的用途很廣，可製成各種豆製品，如豆腐、豆漿、豆油、豆餅等。黃豆的營養成分如下：

成分	含量
水分	85%
蛋白質	20%
脂肪	15%
碳水化合物	35%
纖維素	5%
灰分	2%

抗戰的時期、有好

2. 提倡食雜糧。高粱、小米、黃豆、綠豆、山藥、白薯、馬鈴薯、芋、紅薯、木薯、花生、苡米等雜糧，可充實糧食，我國各地之不宜種植穀類者，多能栽培此項雜糧，吾人如能提倡，許多價廉而不常不介意的食物，在這種物價騰貴的時候，注意國人對於素食應特別注重。

3. 供給助力的食物。食物供給與消化能力者，粉類例如穀類、塊莖類等，與植物油類，它們佔食料很大的成分。

4. 預防維生素及鹽類的缺乏病。

若是可能的話，我們至少應當從第一類和第二類中各選一樣及在第三類用兩樣，作爲必須的食物，可使食物分配均勻，具備必需的營養素。（各種糧食和黃豆，牠們在表中有許多項的，由此可見應該

食物可按其功用分

油等既豐富，又便宜多矣。
5. 提倡多食有色蔬菜。有色蔬菜（紅綠黃白）如菠菜、生菜及蘿蔔等，如能常食，能生血及體質，可被食、墨菜、青菜、捲心菜、小白菜、青菜、紅蘿蔔、蕃茄等，均宜多食。

適當的膳食，應當具有這三類的食物，它們的分類就是：

1. 供給能力的食物——供給我們的熱力或能力，以勝任每天工作。
2. 身體的生長和補健——幫助我們的身體生長和補健，其來源豐富，裏面含有許多蛋白質。

完全的食品：混合的吃各穀類，如較單食一類為宜，和玉米米能做成很適口的麵包和玉米餅（俗稱玉米糕餅）（請參看本調法十。與來調法十一）。

平常煮飯時，往往忽略了肉類，其實肉類，裏面含有許多蛋白質，

半熟蔬菜
在可能時食的：
肉、蛋、肝、
烹調法
一 綠葉蔬菜
把菜備好，先將油燒過，
攪調進菜，炒四至八分鐘。

名稱	麥芽子	麵粉	玉米粉	洋灰麵	白米	上熟米
脂肪	2	2	4	1	0	
蛋白質	19	8	13	11	7	
澱粉	74	76	79	77	79	
磷	十	十	十	十	十	
鈣	十	十	十	十	十	
維生素	十	十	十	0	0	

孔副院長以國民營養問題
釀成酒後三分之一
的麥料化為氣體、

三、爲求在陸軍普通官兵，宜積極提倡集約精神，以圖實施起見，第一期自五月五日舉辦公宴，營業改進運動日以後，定有多項運動日以慰陪節人士之注意。

四、出版各種營業知識，刊出廣告計有一「新食

五、凡社會團體得

一、請級食管理機關、聯運糶食、困難接價廉而又富於營養、且此米糶不須因難時特殊育糶採採用之必要。

以上五種爲本會各項工作中之舉大者、此後尚望各專才協助指導、使我國貧民兼解窮之困因糶食改進而實業知識。

實業問題、以資廣

請本會定期派員調查

門爾考星明大的望渴衆萬
技獻院本在起天明渝到港由
片巨大偉史歷宮法品出司公蒙拉派

反攻振士氣
殺敵保危城
英雄造時勢
美人愛英雄

下期換演
古裝巨片
李香君
務請
各界
特別
注意

地址：中一路純陽洞
由中一路心街內店
對過不即步
上步即離
今晚八時
本廠合唱團
為響應
出錢勞軍
舉行

票價 二元 四元 六元 午後二時開座
六歲以下兒童拒絕招待
座無多，務請早臨

起日五月四
 中國萬歲馬祥
 劇團
 勤募戰時公債
 爲籌應
 國賊
 汪
 精衛
 合演百餘人員
 本廠全
 購買公債
 功在國家
 利在己

映續天今
巨舞歌大偉品出司公成
影壇銀 望矚衆
演主裳雲陳

雲裳仙子

有觀衆紛紛來函要求續演又
勿令更換者車馬盈門迎接不暇
此情此景

欲罷不能

盛情不可却也故爾繼續演映
此奉告陪都人士幸勿失此良機

胡化旅俞司郎會會員

大會通告

啓者本餐廳自籌備以來轉瞬三月爲求供應社會人士之需要竭力籌劃刻已規模粗具謹擇于四月四日正式開幕敬請各界惠臨指導

茲定於四月六日上午八時假大鏡子一園戲院開五屆會員大會改選理事並選舉幹事等凡本會員各員務請踴躍出席勿違通知過期恕不候會此佈

路正(中)口
(口仙碑)
場商大上
上樓

德嘉
結婿
啓事
林牧

奉家長之命業於三月二十四日在香港九龍塘總會正式結婚由張

經齊郤更換訪空證通

[illegible]

車裝皮件

敵九折

本廠
一星期內
承製海陸空軍各皮件及皮衣皮履箱包皮帶皮
貨物等件
增製手牌肥皂：大小優便

啟者敝號自設工廠專造各種皮貨如蒙惠顧無任歡迎茲因本廠為擴大業務起見特將本廠所製各項皮貨一律減價九折以酬謝各界之厚愛此佈

宣統三年四月一日

三

廠址：南岸上浩桂花園特一號
 歡迎各界堆存貨品 棧租克己
 增製手牌肥皂：大小通備
 雲兼都重慶打銅街川款
 雲兼公司內（外埠如欲
 批發鋼索貨品另加運費）